



МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
16.11.2023

Заведующий
В. В. Коротких

Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	Масса порции	белки г	Жиры г	углеводы г	Энергетическая ценность в г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	6,3	8,6	27,1	210,7
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	2,6	5,1	17,1	125,7
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,3	4,5	14,9	119,5
Итого за прием пищи:		13,2	18,2	59,1	455,9
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,6	0,1	12,2	52,2
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	12,2	52,2
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	34	0,3	0	0,6	4,4
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	200	3,2	4,9	13,7	118,3
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	80	10,1	7,2	40,6	267,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,7	0,4	17,6	84,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,6	34,6
Итого за прием пищи:		16,3	12,5	81,1	507,6
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	36	2,9	3,8	28,5	159,7
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	12,6	53,1
Итого за прием пищи:		3,1	3,9	41,1	212,8
Ужин					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	25	0,5	2,3	2	30,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,9	4,7	37,6	216,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	20,5	96,9
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		9,5	7,3	69,8	383,0
Всего за день:		42,7	42,0	269,3	1611,8

Стоимость меню

179 руб

МБДОУ "Детский сад № 253" г.о. Самара
16.11.2023

Заведующий

В. В. Коротких

Категория: первая младшая
Диета: без диет

день 4

Наименование блюда	масса порции	белки г	жиры г	углеводы г	энергетическая ценность г
Завтрак					
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150/5	4,7	6,8	21,0	163,9
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	25	2,6	5,1	17,1	125,9
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,4	4,6	15,2	121,1
Итого за прием пищи:		11,7	16,5	53,3	410,9
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,6	0,1	12,2	52,2
Итого за прием пищи:		0,6	0,1	12,2	52,2
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	34	0,3	0	0,6	4,4
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	200	3,2	5,1	13,8	118,9
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	80	10,1	6,6	40,6	262,1
ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,8	0,4	17,7	85
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	8,8	35,5
Итого за прием пищи:		16,4	12,1	81,5	505,9
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	39	2,9	3,8	28,5	159,7
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,2	0,1	12,6	52,8
Итого за прием пищи:		3,1	3,9	41,1	212,5
Ужин					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	26	0,5	2,3	2	31,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	5,3	4,7	34,2	200,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,3	20,5	96,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,7	38,7
Итого за прием пищи:		8,9	7,3	66,4	366,7
Всего за день:		40,7	39,9	254,5	1548,2

Стоимость меню

179руб

